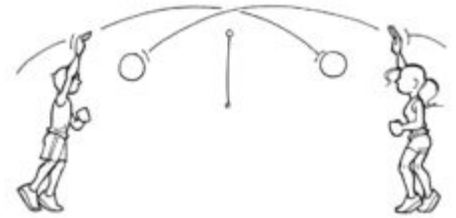


Minipallavolo – Servizio: Sequenza dei movimenti

Dopo il servizio, il giocatore deve subito tornare nel campo nella posizione di base per difendere. Questa sequenza deve essere esercitata.

Formare coppie e distribuire una palla per ogni giocatore. A e B sono dietro la linea di fondo e servono contemporaneamente. Subito dopo il servizio corrono nel campo e catturano la palla del compagno.

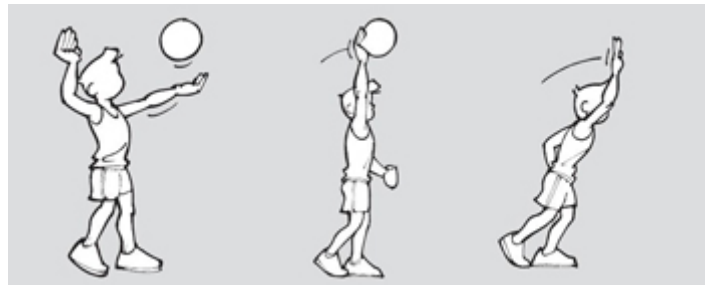


Varianti

- Servizio dalla metà campo.
- Ricevere il servizio con un bagher e poi catturare la palla

Filmati dei punti chiave

- Servizio dal basso
- Servizio dall'alto



Fonte: Nicole Schnyder-Benoit, capodisciplina G+S Pallavolo



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO